روزنامه سیستان و بلوچستان

اوقات شرعی به افق زاهدان
امروز اذان صبح: ۴:۰۶ طلوع آفتاب: ۵:۲۳ اذان ظهر: ۱۱:۱۴ غروب آفتاب: ۱۷:۰۴ اذان مغرب: ۱۷:۲۱
فردا اذان صبح: ۴:۰۶ طلوع آفتاب: ۵:۲۴ اذان ظهر: ۱۱:۱۳ غروب آفتاب: ۱۸:۰۳ اذان مغرب: ۱۸:۲۰

آب و هوای زاهدان
امروز ۲۲ ۶
فردا ۲۳ ۵

روزنامه سیستان و بلوچستان: رتبه هشتم نشریات استانی
سرپرستی زاهدان: خیابان مولوی-نبش مولوی ۲۱
تلفن آگهی و اشتراک: ۰۵۴ ۳۳۲۱۷۸۶۶
تلفن مسئول تحریریه: ۰۵۴ ۳۳۲۱۷۸۶۹
نمابر تحریریه: ۰۵۴ ۳۳۲۱۷۸۶۴
تلفن‌های تحریریه: ۰۵۴ ۳۳۲۱۷۸۶۲-۳
تلفن و نمابر سرپرست دفتر: ۰۵۴ ۳۳۲۱۷۸۶۵

صاحب امتیاز: موسسه فرهنگی هنری خراسان
مدیر مسئول: محمد سعید احدیان
سردبیر: علی ولی زاده
دفتر مرکزی: مشهد، بلوار سازمان آب
صندوق پستی: ۵۱۱-۹۱۷۳۵
چاپخانه: شهرچاپ خراسان

تلفن: ۰۵۱-۳۷۶۳۴۰۰۰
نمابر شهرستان‌ها: ۰۵۱ ۳۷۶۷۴۳۳۴
پیامک: ۲۰۰۰۹۹۹
www.khorasannews.com
e-mail:info@khorasannews.com

دو شنبه ۱۶ مهر ۱۳۹۷. ۲۸ محرم ۱۴۴۰. شماره ۱۲۳۳

گل گفتن و گل شنیدن ها

آن روزها یادش بخیر

گروه جامعه ساده بود و بی آلایش. بدون هر رنگ و ریایی. همه چیز اصل بود و ناب. همه چیز متعلق به خودشان بود و تملقی در کار نبود. خانه های ساده آن موقع با آن دیوارهای کاهگلی و خشت خام رونق دیگری داشت، هر چه بود صفای دیگری داشت، زندگی از متن آن جاری بود و در جای جای خانه های کوچک و بزرگ آن موقع می توانستی مهرورزی را تجربه کنی و از این تجربه خوش، سیراب شوی. خانه های تو در تو که با دری کوچک از وسط دیوار حیاط به دیوار خانه همسایه باز می شد، حس خوب با هم بودن را به همه می داد و همه در زیر سایه چنین خانه هایی در آسایش بودند و از تنهایی و تنها ماندن هراسی نداشتند. هر چند که در خانه های آن موقع و در هر یک از اتاق ها چندین نفر زندگی می کردند و تعداد فرزندان خانواده ها زیاد بود و تنهایی واژه ای بی معنا برای قدیمی ها به شمار می رفت اما باز هم دورهمی های ساده با همسایه ها، دوستان و فامیل را از یاد نمی بردند و یکی از برنامه های همیشگی شان بود.

اتاق های تو در تو نشان از آن داشت که قدیمی ها به زندگی اجتماعی و دور هم زیستن و با هم زیستن اهمیت ویژه ای می دادند چنان که حتی خانه هایشان نیز با دری به خانه همسایه دیگری باز می شد تا اگر هر یک کاری داشتند بتوانند بدون مانع به درون خانه هم پای بگذارند. خانه هایی ساده با حوض های کوچک یا بزرگ در وسط آن که دور تا دور آن با گلدان های شمعدانی تزیین شده بود، از اجزای جدایی ناپذیر بیشتر خانه های آن زمان بود. دانه های باران که آرام و نم نم بر پهنه حوض می بارید صحنه ای دیدنی و وصف ناشدنی به آن حیاط های قدیمی می داد. اهل خانه که دور هم جمع می شدند تماشای باران از پشت قاب پنجره های چوبی را از دست نمی دادند و با ولعی خاص به صدای خوش زندگی گوش فرا می دادند. وقتی باران به دیوارهای کاهگلی خانه ها می زد، بوی نم آن هر رهگذری را سرزنده می کرد. آن طرف اتاق و در گوشه ای صدای غلغل سماور مادر بزرگ همه را سر وجد می آورد و یکی از بزرگ ترها در استکان های کمر باریک برای آن هایی که عصر را با هم سپری می کردند، چای می ریخت و همراه با تنقلاتی در مجموعه ای بزرگ می چید و در وسط اتاق می گذاشت. نقل و نبات و فطیرهای تازه پختی که بانوان خانه در تنور حیاط درست کرده بودند زینت بخش محفل می شد. صحبت ها که گل می انداخت دیگر به زحمت می شد صدای نم نم باران را شنید. صدای داد و فریاد بچه ها هم نمی گذاشت تا صدا به صدا برسد. پر از هیاهو و شادی در حیاط های قدیمی بازی می کردند و هیچ فردی هم بر سر آن ها فریاد نمی زد که ساکت باشند یا آن ها را به بازی های آرام تری دعوت کنند.

قدیم ها در مناطق بلوچستان و قسمت هایی از سیستان خیلی ها دور هم جمع می شدند و سوزن دوزی می کردند

بساط چای و میان وعده مهیا بود

یکی از شهروندان قدیمی از آن دوران خاطرات زیادی به یاد دارد و می گوید: آن موقع ها افراد یک فامیل با هم روابط بسیار نزدیک تر و گرم تری داشتند، بی آن که منتظر دعوت کردن های رسمی بمانند خودشان به دیدار هم می رفتند. برخی از همسایه ها نیز میان خود قرار می گذاشتند تا روزی یک نفر از آن ها در ساعت مشخصی بساط چای و میان وعده ای را بچیند و همسایه های دیگر به خانه آن ها بروند. بانو «مستوفی» ادامه می دهد: دورهمی های آن موقع ساده و به دور از هر گونه ریایی بود همه با هم با یک زبان ساده صحبت می کردند و کسی دل دیگری را نمی شکست، همه وقتی دور هم جمع می شدند، اگر مشکلی می یافتند یا فکر می کردند فردی به کمک نیاز دارد، کاری را از او دریغ نمی کردند.

وی بیان می کند: بانوانی که با هم همسایه بودند در واقع حکم خواهر را برای یکدیگر داشتند و به گفته خودشان از خواهر هم به هم نزدیک تر بودند و از آن جایی که اوقات زیادی را با هم می گذراندند از کم و کیف زندگی هم خبردار بودند و همیشه موقع بروز مشکلات سعی می کردند به همدیگر کمک کنند، همچنین بیشتر کارهای خانه که به کمک دسته جمعی نیاز داشت توسط همسایه ها انجام می شد. وی ادامه می دهد: روزهای بلند تابستان، بهترین فرصت برای تدارک دیدن مواد خوراکی برای زمستان بود، چندین همسایه که نزدیک هم و به اصطلاح دیوار به دیوار یکدیگر بودند با هم انجام می داند و سنگینی کار از دوش یک نفر برداشته می شد، با هم سبزی پاک می کردند، ترشی می گذاشتند، رب می جوشاندند و در مناطق بلوچستان و قسمت هایی از سیستان خیلی ها دور هم جمع می شدند و سوزن دوزی می کردند.

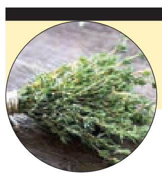
دورهمی ها بی بهانه

بانوی کهنسال دیگری هم به دورهمی های شبانه اشاره و اظهار می کند: رفتن به خانه های همدیگر در زمان قدیم بهانه نمی خواست و هر فردی که دلش هوای رفتن به خانه فامیلی را می کرد، کفشی به پا و چادری بر سر می کرد و دست کودکانش را می گرفت و راهی می شد، پیاله ای چای، مشتی گندم بو داده، سبدی از میوه های درختان حیاط، زینت بخش محافل ساده شان می شد و آن ها را به بیان حرف های خوب و خاطرات خوش دعوت می کرد.

بانو «ذبیحی» دورهمی های زمان قدیم را بسیار متفاوت تر از دورهمی های این دوره و زمانه می داند و می گوید: دور همی ها دیر به دیر است و وقتی قرار است این دورهمی ها در منزل فردی انجام شود از روزهای قبل خود را به زحمت می اندازد و مدام در تدارک آمدن مهمانان است و به قدری در آن روز خسته می شود که خودش از این دورهمی کمتر لذت می برد، اما در زمان قدیم مهمانی ها به سادگی برگزار می شد و فردی به دنبال این نبود که چه میزان تدارک ببیند بلکه همین که دورهم جمع می شدند و می توانستند ساعتی با هم گل بگویند و گل بشنوند برایشان کفایت می کرد. وی ادامه می دهد: به دلیل آن که دورهمی های زمان قدیم ساده برگزار می شد، همه تمایل داشتند در این دورهمی ها و شب نشینی ها شرکت کنند و حتی آن که دستشان تنگ بود از این دورهمی ها استقبال می کردند و زمانی که مهمان به خانه شان می آمد شرمنده نبودند و همیشه با آغوش باز پذیرایی می کردند و هر چه داشتند به میان می آوردند و از این که همه دور هم بودند لذت می بردند.

> **یک شهروند: دور همی ها دیر به دیر است و وقتی قرار است این دورهمی در منزل فردی انجام شود از روزهای قبل خود را به زحمت می اندازد و مدام در تدارک آمدن مهمانان است و به قدری در آن روز خسته هستند که خودشان از این دورهمی کمتر لذت می برند، اما در زمان قدیم مهمانی ها به سادگی برگزار می شد**

گیاهان دارویی



آویشن؛ افزایش دهنده قدرت ایمنی بدن

از روغن گیاه «آویشن» برای موارد مختلف پزشکی استفاده می شود و از برگ های این گیاه می توان به صورت دم کرده استفاده کرد. آویشن برای کاهش مشکلات تنفسی، افزایش قدرت سیستم ایمنی بدن، محافظت از بدن در برابر بیماری های مزمن، تحریک جریان خون، جلوگیری از عفونت های قارچی، بهبود سلامت قلب و تسکین و کاهش استرس موثر است. ماده موثر دارویی که در آویشن وجود دارد، تیمول است. این ترکیب دارای اثرات بسیار زیادی روی بدن است که می تواند از عفونت های قارچی و ویروسی جلوگیری کند، همچنین فشار روی سیستم ایمنی بدن را کاهش می دهد. آویشن دارای خاصیت آنتی اکسیدانی بسیار قوی است. پتاسیم و منگنز موجود در آویشن با شل کردن عروق خون و کاهش فشار خون می تواند فشار موجود روی سیستم قلبی و عروقی را کاهش دهد. جلوگیری از تصلب شرایین و اجتناب از سکته مغزی، حملات قلبی و بیماری عروق کرونر قلب می تواند عمر فرد را افزایش دهد.

آشپزی

کوکوی پیازچه

پیازچه فواید بسیاری دارد، یکی از فوایدش این است که سبب باز شدن اشتها می شود، کوکوی پیازچه را می توانید به عنوان یک غذای حاضری و فوری در فهرست غذایی خود اضافه کنید و از خاصیت های پیازچه بهره ببرید.

مواد لازم برای چهار نفر: پیازچه ۴۰۰ گرم، تخم مرغ چهار عدد، آرد سفید دو قاشق غذا خوری، زردچوبه، فلفل سیاه، نمک و روغن مایع به میزان لازم

دستور پخت و طرز تهیه: ابتدا پیازچه ها را می شوییم، سپس آن را به صورت حلقه های باریک خرد می کنیم. مقداری روغن مایع در یک تابه می ریزیم و پیازچه ها را در روغن تفت می دهیم. پس از این که پیازچه ها را خوب تفت دادیم آن را از داخل روغن خارج می کنیم و کنار می گذاریم تا سرد شود. در این مرحله تخم مرغ ها را جداگانه در یک کاسه می شکنیم. نمک، فلفل و زردچوبه را به تخم مرغ ها اضافه می کنیم و مواد را با هم زن آنقدر می زنیم تا یک دست شود. در این مرحله باید پیازچه را به تخم مرغ اضافه کنیم. آرد سفید را کم کم به تخم مرغ ها اضافه می کنیم و مواد را مداوم هم می زنیم. بهتر است آرد را با صبوری به تخم مرغ ها اضافه کنیم.

بانوجوانان

اختلال و بی نظمی در شخصیت نوجوانان

گروه جامعه آشفتگی و نابسامانی های خانوادگی، درخواست های نامعقول و غیر منطقی و فقدان هدف و فلسفه در زندگی اغلب سبب اختلال و بی نظمی در شخصیت نوجوانان می شود. یک کارشناس مدیریت آموزشی و علوم تربیتی با اشاره به این که یک نوجوان باید خود را آماده تحصیل دانش و هنر کند، با همسالان و بزرگ سالان پیوندهای نیکو و جامعه پسند برقرار سازد، احساس مسئولیت کند و برای احراز شغل یا حرفه ای، شرایط لازم را در خود به وجود آورد گفت: هر چند نوجوان در دوره های کودکی تا حدودی راه و روش انجام دادن خواسته های خود را آموخته است، با وجود این باید در نوجوانی طرز صحیح و اصولی مقابله با خواهش های نوظهور و موضوع پیچیده دیگری را که جامعه از او انتظار دارد، فرا گیرد. «بهاری» افزود: این دگرگونی ها به یک باره و ناگهانی اتفاق نمی افتد، بلکه پیوستگی دارد و به مرور رخ می دهد. ناکامی های پیاپی و فشارهای روانی امکان دارد سبب تغییر شخصیت شود یا آن که در نوجوانان رفتارهای نابه هنجاری مانند بزهکاری، پرخاشگری و جامعه ستیزی به وجود آورد. وی بیان کرد: البته دلیل افزایش بزهکاری در این دوران شاید آن باشد که چون نفوذ پدر و مادر در نوجوان کاهش می یابد و نوجوانان به کام جویی و لذت طلبی گرایش دارد، دسته هایی به وجود می آورند و رفتارهایی مبتنی بر جامعه ستیزی پیشه می سازند. وی اضافه کرد: عده زیادی از نوجوانان پیشرفت های تحصیلی را ویژگی، عمده هر نوجوان برگزیده ای می شناسند هر چند که اکثر نوجوانان رمز کامیابی واقعی را در محبوبیت و موفقیت در رفتار با مردم می دانند.

محکومیت ۴۱۶ میلیون ریالی قاچاقچی سوخت در سراوان

قاچاقچی نفت سفید در سراوان به پرداخت ۴۱۶ میلیون و ۳۷۰ هزار ریال جریمه محکوم شد. رئیس تعزیرات حکومتی سراوان گفت: مأموران پلیس آگاهی در محور آسپیچ موفق به کشف ۳۰ هزار لیتر مواد سوختی از نوع نفت سفید از یک دستگاه خودروی تریلی شدند. به گزارش روابط عمومی اداره کل تعزیرات حکومتی، «موسی عباس زاده محمودی» افزود: با شروع رسیدگی به پرونده در تعزیرات حکومتی، پس از استعلام ها و بررسی های انجام شده رأی قانونی صادر شد و شعبه ویژه رسیدگی به تخلفات قاچاق کالا و ارز تعزیرات حکومتی، متخلف را از نظر حمل کالای قاچاق علاوه بر ضبط سوخت کشف شده به ۴۱۶ میلیون و ۳۷۰ هزار ریال محکوم کرد.

سیستان و بلوچستان
نیازمندیهای عمومی

هم استانی های گرامی
به منظور رفع نیازهای روزمره شما تعداد زیادی آگهی در نیازمندیهای استان چاپ میشود از آن جایی که وظیفه این رسانه اطلاع رسانی به منظور سهولت در داد و ستد می باشد، لذا مسئولیتی درباره محتوای آگهی ها ندارد. لطفا هنگام داد و ستد، با روشهای مقتضی، اطمینان لازم را از صحت ادعای آگهی دهندگان به دست آورید.

خدمات شهری سیستان و بلوچستان

خدمات اسپیلت (نصب،جابجایی و...) ۰۹۳۵۶۸۲۷۹۸۵

آموزش نصب و تعمیر درب اتوماتیک ۰۹۹۰۳۸۱۶۳۰۲

نصب و راه اندازی دوربینهای مداربسته و دزدگیرها ۰۹۱۵۹۶۸۲۸۱۳

دکوراسیون داخلی و خارجی لاکچری ۰۹۱۵۱۹۶۰۱۱۵

آموزشگاه نقاشی و خطاطی قاصدک آموزش طراحی، نقاشی رنگ روغن، آبرنگ، مداد رنگی، خط تحریری و... آدرس.زیباشهر،بهارستان۲

گالری مبلمان رضا انواع لوازم خانگی و مبلمان به صورت اقساطی با اقساط ۳۶ ماهه بدون کارمزد و پیش پرداخت آدرس: زیباشهر،خیابان ویلا تقاطع بشارت ۰۹۱۹۸۵۵۴۳۶۸

تدریس خصوصی ریاضی ۰۹۱۰۵۴۹۴۶۶۲

کیلومتر دیجیتال و تنظیم موتور یاسین تعمیر کامپیوتر خودرو(ECU) فلش، ریست کردن کامپیوتر، تعریف سوئیچ - ریموت و ... آدرس: خیابان جام جم نبش جام جم۱۵

بیمه پاسارگاد نمایندگی باقری مشاوره، کارشناسی و فروش انواع بیمه نامه های اتومبیل، آتش سوزی، مسؤلیت و بیمه های اشخاص و... ۰۹۱۵۶۳۵۱۰۴۵

نصب سنگ، سرامیک و کاشی با قیمت مناسب ۰۹۳۷۲۷۸۳۴۶

نصب انواع کاغذ دیواری ۰۹۰۳۵۳۵۰۰۹۳

خدمات فنی تخصصی عرفان در چابهار ۰۹۱۷۹۵۵۰۸۳۹

آموزش ساخت انواع کتیبه ۰۹۳۸۸۳۴۹۹۷۹

نصب و دوخت پرده ۰۹۱۵۵۴۰۳۷۴۰

قالیشویی امین ۰۹۳۳۵۶۲۳۴۴۱

تعمیر انواع ابزار و ماشین آلات صنعتی ۰۹۱۵۴۶۸۵۲۱

صافکاری و رنگ آمیزی ماشین های سبک و سنگین ۰۹۳۷۸۰۸۷۲۱۸

خدمات فنی درخشان ارائه دهنده سیم کشی ساختمان، رفع اتصالات، نصب تزئینات، نصب برق کولر آبی در محل و ... ۰۹۱۵۸۳۸۲۱۰۹

خدمات نظافتی اتومبیل فردوسی ۰۹۳۰۰۳۶۷۱۸۴

ترکیب رنگ کامپیوتری اتومبیل ساعدی آدرس: شهرک کارگاهی بلوار کار نبش کار ۵

صافکاری برادران عدالت ۰۹۳۸۸۷۴۴۶۳۸

داروهای گیاهی کویر ارائه دهنده انواع داروهای گیاهی آدرس: زیباشهر، نبش خیابان البرز۱۸

جوشکاری سیار ۰۹۰۵۰۴۶۱۰۸۸

آموزشگاه صدف در رشته های البسه محلی و پیرایش مردانه به صورت نقد و اقساط هنرجو می پذیرد. واقع در بلوار جمهوری جمهوری ۹ - ۰۹۱۵۶۰۸۴۲۰۵

آموزش ساخت عروسک های روسی ۰۹۳۸۹۸۷۷۴۰۱

تعمیر لوازم خانگی ۰۹۱۵۳۴۹۵۴۷۶

تعمیر مبلمان و لوازم چوبی ۰۹۳۳۸۲۱۷۴۹۴

فروش اقساطی انواع ماشین آلات و تجهیزات کشاورزی ۰۹۱۵۱۹۲۴۵۹۱

رنگ آمیزی ساختمان ۰۹۳۳۷۶۵۸۴۶۷

فرش جواهر کاشان نقد و اقساط آدرس: خیابان دانشگاه روبروی ثبت احوال ۰۹۱۵۳۴۱۳۹۱۸

کیف و کفش چلچله ارائه همه مدل کفش مردانه، زنانه و بچگانه آدرس: بین جانبازان ۵ و ۷ نبش خیابان صداوسیما ۰۹۳۵۱۱۷۸۴۳۲

اجرای بتن کف های صنعتی، مدارس، منازل، آرماتوربندی و... ۰۹۱۳۶۵۲۳۶۱۴

نورپردازی و مهندسی روشنایی حرفه ای ۰۹۳۸۵۳۵۷۰۰۶

ص/۹۷۱ ۱۱۶۲

بازار
املاک
استخدام
خودرو
مستعمل
موبایل
بیمه

از تخفیف ویژه برخوردار شوید
درج آگهی نیازمندی با
طرح و رنگ متمایز
دفتر پذیرش: زاهدان، خیابان مولوی، نبش مولوی ۲۱ تلفن: ۶-۳۳۲۱۷۸۶۵